

Objectifs

- Identifier les enjeux des pratiques alimentaires sur la santé et l'environnement
- Mémoriser les clefs de l'équilibre alimentaire pour satisfaire les besoins de l'organisme
- Etablir des menus équilibrés pour un impact positif sur la santé dans le respect des recommandations de l'alimentation durable

Programme

EVOLUTION DES HABITUDES DE CONSOMMATION

- Historique depuis 50 ans
- La culture alimentaire et l'environnement du repas
- Déterminants des préférences alimentaires

COMPOSITION DES ALIMENTS : DEFINITIONS ET ROLES

- Les groupes d'aliments
- Les nutriments : protéines, glucides, lipides, vitamines et minéraux

RECOMMANDATIONS NATIONALES

- PNNS 4 et PNA 3
- ANSES
- ADEME

ENVIRONNEMENT ET SANTE

- Polluants
- Perturbateurs endocriniens
- Nanoparticules
- Produits ultra-transformés

CREATION DE MENUS EQUILIBRES ET DURABLES

- Choix des matières premières
- Préparation, Cuisson & Conservation des produits
- Variétés et quantités adaptées à la population cible

Prérequis

Pas de prérequis scientifiques ou techniques spécifiques

Public cible

Professionnels de l'alimentation, du développement durable, de la qualité ou collaborateurs concernés par le thème

Intervenants

Formateur spécialisé en alimentation responsable

Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation	Durée
Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, études de cas, réflexion, analyses et échanges d'expériences. Document pédagogique remis à chaque participant. Nombre de participants limité	Les acquis sont évalués par oral et/ou écrit (études de cas, questionnaires...) tout au long et/ou en fin de formation. Une attestation de fin de formation est délivrée à chaque participant.	2 jours soit 14 heures
		Dates Du 24 au 25 juin 2021
Lieu et Contact	Modalités et délais accès	Tarif
SSHA – ISA 16A, rue de l'Estrapade 75005 PARIS Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 Email : isa@ssha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr Intra possible : nous consulter	– Convention de formation si inscription initiée par l'employeur dans le cadre du plan de développement de compétences – Contrat de formation individuel si inscription initiée par le participant – Inscription par le biais d'un bulletin téléchargeable sur le site internet, J-30 avant la formation et possible jusqu'à J-1 selon disponibilité	965 € H.T. T.V.A. : en sus
		Accessibilité aux personnes handicapées SSHA ISA est un établissement ERP 3ème catégorie en conformité avec la réglementation PMR en vigueur